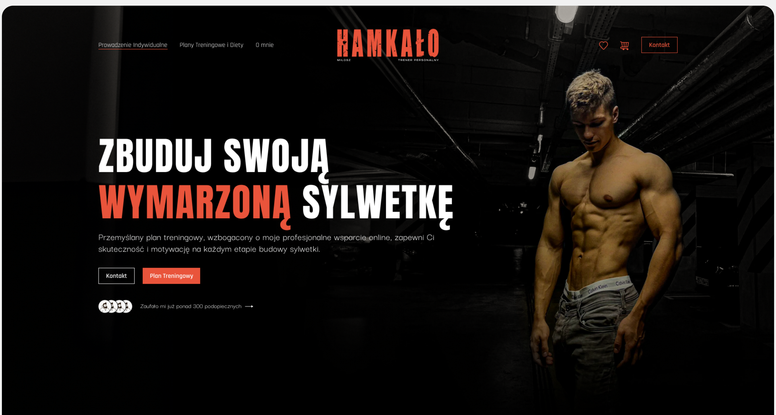


ZALETY POSIADANIA PLANU TRENINGOWEGO

Organizacja
Posiadanie planu treningowego ułatwia skoncentrowanie się na celach i efektywne wykorzystanie czasu treningowego.

Wydajność
Posiadanie dobrze rozpisanego planu treningowego jest niezbędne, jeżeli zależy Ci na wykorzystaniu twojego potencjału w 100%.

Bezpieczeństwo
Posiadanie mądrze rozpisanego planu treningowego pozwoli Ci uniknąć przetrenowania i kontuzji.

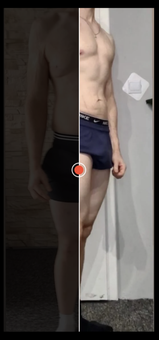
Motywacja
Znając wyraźne kroki i cele treningowe, łatwiej utrzymać motywację na dłuższą metę.

Zacznijmy Przemianę

DLACZEGO WARTO MI ZAUFAĆ?

Jestem doświadczonym trenerem personalnym z solidnym wykształceniem w dziedzinie programowania treningowego. Moje wieloletnie doświadczenie pozwoliło mi na zdobycie szerokiej wiedzy i umiejętności, które mogę wykorzystać, aby pomóc Ci w osiągnięciu Twoich celów treningowych.

Poznaj Mnie Bliżej



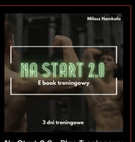
PRZEMIANY MOICH PODOPIECZNYCH

Zobacz, co udało nam się osiągnąć wspólnymi siłami! Każda przemiana to nie tylko zmiana wyglądu, ale również wewnętrzna metamorfoza, która jest efektem naszej wspólnej pracy i zaangażowania. Dzięki indywidualnemu podejściu i nieustannemu wsparciu, moi podopieczni osiągają cele, o których wcześniej nawet nie marzyli. Z dumą prezentujemy ich niesamowite przemiany, które są dowodem na to, że determinacja, systematyczność i odpowiednie wsparcie mogą zdziałać cuda. Razem tworzymy historie sukcesu!

Dołącz Do Nas

PLAN TRENINGOWY TO TWOJA DROGA DO SUKCESU

W treningu siłowym chodzi o maksymalizację zysków i indukowanie zmęczenia, plan treningowy z odpowiednio dobranymi ćwiczeniami, objętością i intensywnością pozwoli Ci osiągnąć progresywne przeładowanie, dzięki któremu osiągniesz rezultaty treningowe. Nie czekaj dłużej - zainwestuj w swój rozwój i osiągnij wspaniałe rezultaty dzięki dostosowanemu do Twoich potrzeb planowi treningowemu.



Na Start 2.0 - Plan Treningowy
~~63.00 zł~~ 45.00 zł

Estetyczna Sylwetka 2.0
~~63.00 zł~~ 45.00 zł

Powerbuilding 2.0
~~63.00 zł~~ 45.00 zł

Indywidualny Plan Treningowy
180.00 zł

Przejdź Do Sklepu

Menu
Strona Główna
O mnie
Prowadzenie Indywidualne
Plany Treningowe

Informacje
Polityka Prywatności
Regulamin Sklepu
Polityka Zwrotów

Kontakt
MIŁOSZ HAMKAŁO
NIP: 8943203521
ul. Rymarska 50/13, Wrocław

Dołącz Do Newslettera
Bądź na bieżąco z najnowszymi e-bookami i planami treningowymi. Otrzymaj 10% Rabatu na pierwsze zakupy

Podaj Adres E-Mail

MIŁOSZ HAMKAŁO 2024 Wszelkie Prawa Zastrzeżone